



Westdeutsches  
Osteoporose  
Zentrum



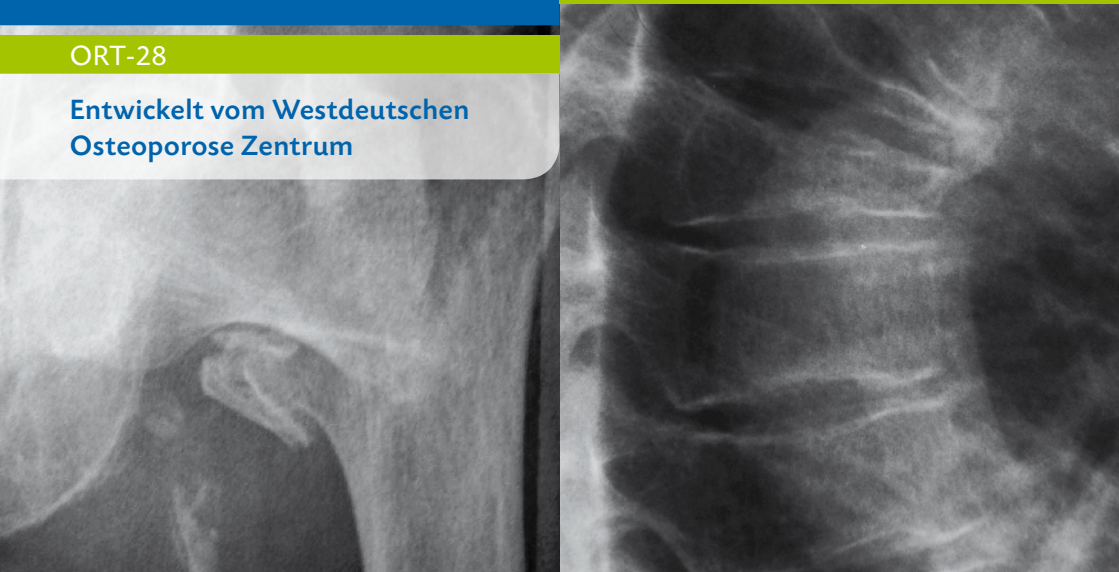
KLINIKUM  
LEVERKUSEN

Medizinische Klinik 4

# Osteoporose-Risiko- Test für Frauen

ORT-28

Entwickelt vom Westdeutschen  
Osteoporose Zentrum



Der Mensch im Mittelpunkt unseres Handelns

## | Liebe Patientin,

die Osteoporose – die erhöhte Knochenbrüchigkeit – gehört nach der Auflistung der WHO in Genf zu den zehn häufigsten und wichtigsten Erkrankungen der Menschheit. Die volle Ausprägung der Krankheit mit sehr niedriger Knochendichte, Wirbelbrüchen und chronischen Rückenschmerzen kann die Lebensqualität sehr beeinträchtigen. Daher muss es das Ziel sein, die Osteoporose möglichst im Frühstadium zu erkennen bzw. Personen zu identifizieren, die ein erhöhtes Risiko für diese so häufige Skelett-Krankheit haben. Bei derartigen Personen kann es dann sinnvoll sein, eine Knochendichtemessung durchzuführen und eventuell auch weitere Untersuchungen vorzunehmen, letztendlich mit dem Ziel, vorbeugende oder therapeutische Maßnahmen früh einzuleiten.

Das Westdeutsche Osteoporose Zentrum (WOZ) – Schwerpunktambulanz und Forschungsbereich der Medizinischen Klinik 4 am Klinikum Leverkusen – hat nun basierend auf eigenen wissenschaftlichen Studien speziell für Frauen einen Osteoporose-Risiko-Test mit 28 Fragen (ORT-28) erarbeitet, der sich als erster Schritt zur Früherkennung des Osteoporoserisikos bewährt hat.

Bitte lesen Sie sich die 28 nachfolgenden Fragen sehr sorgfältig durch und kreuzen Sie jede Frage mit „Ja“ oder „Nein“ an. Bitte addieren Sie dann die Punkte von allen mit „Ja“ beantworteten Fragen, damit wir Ihr persönliches Risiko für eine Osteoporose abschätzen können. ●●●

**Titelbilder:**

großes Bild: Patientin bei der Knochendichtemessung; kleines Bild links: Hüftfraktur; kleines Bild rechts: Wirbelsäulenfrakturen

## A. Hochrisiko für Osteoporose bzw. Knochenbrüche:

1. Haben Sie seit Ihrem 25. Lebensjahr zwei oder mehr Knochenbrüche erlitten, die nicht durch einen schweren Unfall bedingt waren?

**Ja** 3 Punkte

**Nein** 0 Punkte

2. Hat sich Ihre Körpergröße seit dem 25. Lebensjahr um mehr als 4 cm vermindert?

**Ja** 3 Punkte

**Nein** 0 Punkte

3. Haben Ihre Eltern oder Geschwister einen Oberschenkelhals- oder Wirbelbruch erlitten?

**Ja** 3 Punkte

**Nein** 0 Punkte

4. Wiegen Sie derzeit weniger als 50 kg?

**Ja** 3 Punkte

**Nein** 0 Punkte

5. Sind Sie älter als 65 Jahre?

**Ja** 3 Punkte

**Nein** 0 Punkte

## B. Risikofaktoren des individuellen Lebensstils:

6. Fühlen Sie sich oft schwach oder krank und sind weitgehend unfähig, körperlich anstrengende Arbeiten auszuführen?

**Ja** 1 Punkt

**Nein** 0 Punkte

7. Hatten oder haben Sie noch Nierensteine?

**Ja** 1 Punkt

**Nein** 0 Punkte



### C. Risikofaktoren für sogenannte sekundäre Osteoporosen:

16. Mussten Sie bislang schon einmal länger als drei Monate Kortisontabletten einnehmen?

**Ja** 3 Punkte

**Nein** 0 Punkte

17. Mussten Sie aufgrund einer Brustkrebserkrankung Aromatase-Hemmer (z. B. Arimidex, Femara, Orimeten oder Lentaron) einnehmen?

**Ja** 3 Punkte

**Nein** 0 Punkte

18. Sind Sie oder waren Sie früher an einer Essstörung (Anorexie, Bulimie) erkrankt?

**Ja** 3 Punkte

**Nein** 0 Punkte

19. Leiden Sie an Multipler Sklerose (MS, Encephalomyelitis disseminata)?

**Ja** 2 Punkte

**Nein** 0 Punkte

20. Ist Ihnen durch eine Operation der Magen insgesamt oder teilweise entfernt worden?

**Ja** 2 Punkte

**Nein** 0 Punkte

21. Waren oder sind Sie krankheits- oder unfallbedingt zwei Monate oder länger bettlägerig?

**Ja** 2 Punkte

**Nein** 0 Punkte

22. Nehmen Sie seit vielen Jahren Medikamente gegen Epilepsie ein?

**Ja** 1 Punkt

**Nein** 0 Punkte





## Testergebnis

Der vorliegende Test ist ein Hilfsmittel zur ersten Einstufung des Risikos, dass eine Osteoporose vorliegt oder sich entwickeln kann. Durch den Test kann weder die Diagnose Osteoporose bewiesen werden, noch kann ein niedriger Testwert die Diagnose ausschließen, da nicht alle Faktoren, die auf den Knochen einwirken, erfasst werden können.

Bestimmte Faktoren, wie Alter oder eine eventuell vererbte Anlage, sind nicht beeinflussbar. Änderungen in der Lebensführung (Bewegung, Ernährung), des Krankheitsstatus oder auch in der Medikation können jedoch das Risiko weiter anheben oder senken.

Die Fragen dieses Tests basieren auf bekannten, wissenschaftlich überprüften Risikofaktoren für eine Osteoporose. Die vorliegende Version des Fragebogens basiert auf der Analyse von über 6.000 ambulanten und stationären Patienten aus unserem Zentrum.

## Literatur:

- Farahmand P, Öner A, Ringe JD: Osteoporose-Risikostratifizierung mittels standardisiertem Fragebogen. Osteologie 2007; 16: (Suppl 1): 57
- Farahmand P, Öner A, Ringe JD: Osteoporose Pre-Screening: Evaluation eines Fragebogens bei 506 Patienten. Osteologie 2010; 19 (Suppl 1): S37

